



## Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte 26315 - Deportes de lucha y de adversario

Guía docente para el curso 2015 - 2016

Curso: , Semestre: , Créditos: 6.0

---

### Información básica

---

#### Profesores

- José Antonio Poblador Vallés [pobla@unizar.es](mailto:pobla@unizar.es)

- Alberto Portolés Ariño [551978@unizar.es](mailto:551978@unizar.es)

#### Recomendaciones para cursar esta asignatura

Para poder realizar las sesiones prácticas de lucha, el alumno deberá asistir a clase con kimono blanco (preferentemente judogui) y cinturón del grado que posea.

Como medida de seguridad y para no hacer daño a los compañeros, queda terminantemente prohibido llevar en el cuerpo cualquier objeto extraño al mismo: relojes, pendientes, cadenas, pulseras en muñecas o tobillos, anillos, piercing, etc.

Los alumnos que tengan el pelo largo deberán llevarlo recogido.

Todo alumno que no cumpla las condiciones anteriormente descritas no podrá realizar la clase práctica

Se recuerda que en esta asignatura se exigirá corrección en el formato y la redacción de todas las pruebas y documentos escritos teniendo su incidencia en la calificación.

Se recomienda que el alumno complemente el estudio de esta asignatura con la bibliografía accesible a través de este link: <http://psfunizar7.unizar.es/br13/eGrados.php?id=257>

#### Actividades y fechas clave de la asignatura

---

### Inicio

---

### Resultados de aprendizaje que definen la asignatura

**El estudiante, para superar esta asignatura, deberá demostrar los siguientes resultados...**

- 1: El alumno será capaz de identificar y clasificar según diferentes taxonomías los principales deportes de adversario, conociendo su lógica interna y sus posibilidades a la hora de utilizarlos en un proceso de

enseñanza-aprendizaje dentro de la educación física escolar.

- 2:** El alumno conseguirá un dominio en la ejecución de las técnicas básicas de deportes de lucha y adversario siendo capaz de saber discriminar y adaptar la acción que es más conveniente para cada situación.
- 3:** El alumno demostrará que es capaz de interpretar los reglamentos de los deportes de lucha y adversario para dirigir una prueba no oficial.
- 4:** El alumno será capaz de diseñar, ejecutar y evaluar un proceso de iniciación deportiva de deportes de lucha y de adversario, que sea consecuente con el nivel de los sujetos a los que vaya dirigida y con los objetivos que se plantee conseguir.

## **Introducción**

### **Breve presentación de la asignatura**

Esta asignatura va a ser el único contacto que la mayoría de los estudiantes del grado van a tener con los deportes de lucha, es por esto que se tratará de que los alumnos vivencien un proceso de enseñanza-aprendizaje con el que superen los miedos iniciales que puedan tener y con el que sean capaces conocer y comprender estos deportes.

Dentro de la asignatura desarrollarán de manera simultánea los contenidos se trabajen en las clases de teoría con los que se trabajen en las prácticas. Se comenzará con los contenidos de deportes de lucha siguiendo el orden: judo suelo, caídas, judo pie,..., para acabar con los contenidos de deportes de adversario como el bádminton...

---

## **Contexto y competencias**

### **Sentido, contexto, relevancia y objetivos generales de la asignatura**

#### **La asignatura y sus resultados previstos responden a los siguientes planteamientos y objetivos:**

La asignatura "Deportes de lucha y de adversario" tiene como objetivo desarrollar el conocimiento de los alumnos sobre estos deportes dotándolos de recursos tanto técnicos como metodológicos suficientes para poder aplicar una iniciación adaptada a los diferentes contextos en los que se pueda desarrollar.

#### **Contexto y sentido de la asignatura en la titulación**

En el plan de estudios del Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, hay un bloque de asignaturas troncales de deportes que se imparten en los dos primeros cursos del grado. La asignatura "Deportes de Lucha y Adversario" se encuentra ubicada en el segundo cuatrimestre del segundo curso.

A la hora de impartirla, los alumnos ya habrán vivenciado el proceso de iniciación deportiva en las otras asignaturas de deportes, y tendrán conocimientos sobre los procesos de enseñanza -aprendizaje, ya que habrán cursado "Procesos de enseñanza-aprendizaje en la actividad física y el deporte". Es por esto que apoyándonos en estas experiencias profundizaremos en los contenidos específicos de estos deportes.

#### **Al superar la asignatura, el estudiante será más competente para...**

- 1:** En esta asignatura al igual que en el resto de asignaturas del Graduado se atenderán todas las competencias generales (instrumentales, personales y de relación interpersonal y sistémicas) que constan en la Memoria de Grado

- 2: Ciencias del deporte** Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de intervención, relativos a la actividad física y del deporte con atención a las
- Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de intervención, relativos a la actividad física y del deporte con atención a las características individuales y condiciones de los participantes y aplicándola de forma adecuada a aquellas a realizar
  - Comprender la lógica interna de las situaciones motrices, analizándola y aplicándola de forma adecuada a aquellas a realizar en oposición interindividual
  - Conocer la acción motriz como objeto de estudio fundamental en el ámbito de las ciencias de la actividad física y del deporte
  - Conocer la acción motriz como objeto de estudio fundamental en el ámbito de las ciencias de la actividad física y del deporte
- CE22 - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de enseñanza-aprendizaje basados en la práctica de actividades físico-deportivas
- CE24 - Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad
- CE25 - Conocer las características y potencialidades de los espacios útiles para la práctica de actividad física deportiva y deportivas y potencialidades de los espacios útiles para la práctica de actividad físico-deportiva y deportiva
- CE26 - Valorar, transmitir y practicar el componente de placer y disfrute inherente a la práctica de actividades físico-deportivas, y las oportunidades relacionales que dicha práctica implica
- las oportunidades relacionales que dicha práctica implica

## Importancia de los resultados de aprendizaje que se obtienen en la asignatura:

Como hemos nombrado anteriormente el único contacto que el estudiante va a tener a lo largo del Grado con los deportes de lucha y adversario se va a dar en esta asignatura.

Estos deportes son desconocidos para la mayoría de los alumnos y se pueden encuadrar en los denominados "deportes minoritarios", pero sin embargo, tanto el judo como el bádminton, son deportes olímpicos que en nuestra Comunidad Autónoma han conseguido un gran nivel, tanto a nivel de deportistas como de clubs.

Son deportes que en el futuro profesional de un Graduado pueden estar presentes ya sea en la educación física, siendo el bádminton uno de los deportes que más presencia tienen actualmente en las programaciones de educación física de los Institutos de Enseñanza Secundaria y el judo uno de los deportes que más practicantes tiene dentro de las actividades extraescolares, como en la gestión de las actividades físico-deportivas ya que son actividades que están presentes tanto en los programas deportivos de lo Patronatos Municipales, como en centros deportivos privados.

## Evaluación

### Actividades de evaluación

**El estudiante deberá demostrar que ha alcanzado los resultados de aprendizaje previstos mediante las siguientes actividades de evaluación**

- 1:** La evaluación de la asignatura sera global y se realizará el día de la convocatoria oficial señalada por el centro.

El alumno deberá realizar las siguientes pruebas:

Una prueba escrita que que supondrá el 40% de la nota final.

Una prueba práctica. En la modalidad de judo el alumno deberá ejecutar con corrección las técnicas y habilidades complementarias trabajadas en clase, además en judo suelo luchará ante compañeros en situación de oposición y en judo pie realizará 8 técnicas adaptadas a un desplazamiento y 4 combinaciones. En la modalidad de Bádminton demostrará ante un compañero, en situación de juego real, su dominio técnico

y planteamiento táctico prestando especial atención en lo saques, desplazamientos, selección y ejecución de los golpes, ... Esta supondrá el 40% de la nota final

Un dossier o portafolios, que estará compuesto por los trabajos que se han indicado a lo largo de los seminarios y que supondrá el 20% restante de la nota final.

Para superar la asignatura, la calificación final deberá alcanzar el cinco, y se debe superar el 4,5 en cada prueba.

A los alumnos con discapacidad se les realizarán las adaptaciones específicas oportunas de manera conjunta con la Oficina de la discapacidad de la Universidad de Zaragoza en el caso de ser posibles (pero nunca serán significativas).

Los alumnos que asistan al 85 % de las sesiones prácticas podrán realizar la prueba práctica al finalizar cada bloque de contenidos pudiendo eliminar esa materia.

---

## Actividades y recursos

---

### Presentación metodológica general

#### **El proceso de aprendizaje que se ha diseñado para esta asignatura se basa en lo siguiente:**

En la asignatura se trata de compaginar la teoría con la práctica

Así los conocimientos adquiridos en las clases magistrales y en los seminarios, en los que se establecen dinámicas de carácter participativo y de trabajo en grupo se complementan con las sesiones prácticas de judo y bádminton en las que se trabaja mediante el mando directo para la enseñanza de nuevas técnicas y con la resolución de problemas con la que los alumnos buscan las soluciones más adecuadas a las diferentes situaciones que se les plantean. Con ésta metodología se prima que el alumno no se quede en aprender una serie de técnicas desconocidas para él, sino que llegue a entender la lógica de este deporte. Para esto es fundamental participación activa por parte de los alumnos.

#### **Actividades de aprendizaje programadas (Se incluye programa)**

#### **El programa que se ofrece al estudiante para ayudarle a lograr los resultados previstos comprende las siguientes actividades...**

**1:** El siguiente temario se aborda de manera paralela entre los seminarios, las sesiones teóricas y las sesiones prácticas:

##### **Bloque de lucha:**

TEMA I : GENERALIDADES Y CLASIFICACIÓN

TEMA II : HISTORIA DE LOS DEPORTES DE LUCHA

TEMA III : GENERALIDADES DEL JUDO.

TEMA IV : FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL JUDO

TEMA V : INICIACIÓN AL JUDO.

TEMA VI : ASPECTOS CONCEPTUALES: DIFERENTES CLASIFICACIONES DE SUS CONTENIDOS

TEMA VII : ELEMENTOS TÉCNICOS DEL JUDO

##### **Bloque de raqueta:**

TEMA VIII : GENERALIDADES Y CLASIFICACIÓN DE LOS DEPORTES DE RAQUETA

TEMA IX : GENERALIDADES DEL BÁDMINTON

TEMA X : ASPECTOS TÉCNICOS DEL BÁDMINTON

TEMAXXI: ASPECTOS TÁCTICOS DEL BÁDMINTON

## Planificación y calendario

### Calendario de sesiones presenciales y presentación de trabajos

MES	UBICACIÓN DÍA	DÍA	DÍA
	Lunes	Miércoles	Viernes
	Semana 1 Lucha por espacio,	Lucha cuerpo a cuerpo y suelo	
	Semana 2 Judo suelo 1	Judo suelo 2	Seminario 1 gr. 1
	Kuzure Kesa, salidas y giros	Yoko y entradas entre las piernas	Deportes lucha
FEBRERO	Semana 3 Judo suelo 3	Judo suelo 4	Seminario 1 gr. 2
	Giros entre las piernas y caída hacia atrás	Tate, sacar la piernay caída lateral	Deportes lucha
	Semana 4 Judo suelo 5	Judo suelo 6	Descanso
	Salidas de Kam, cambiar de inmovilizaciones y caída adelante	Luxaciones , estrangulaciones y repaso caidas	
	Semana 5 Judo suelo 7	Competición judo suelo	Seminario 2 gr. 1
	Repaso de judo suelo		Análisis combates
	Semana 6 Judo pie 1	Judo pie 2	Seminario 2 gr.2
	Agarre, control y caidas. 2 proyecciones	O Goshi, Uki Goshi, Seoi nage	Análisis combates
MARZO	Semana 7 Judo pie 3	Judo pie 4	Seminario 3 gr 1
	Técnicas de Siega	Técnicas de barrido	Acción reacción
	Semana 8 Judo pie 5	Descanso	Seminario 3 gr. 2
	Koshi gruma, Harai goshi Tai Otoshi		Acción reacción
	Semana 9 Judo pie 6	Repaso Judo Pie, preparación E. Práctico	Seminario 4 gr. 1
	Exhibición y repaso		Evaluación de la técnica
	Semana 10 Examen judo Pie	Juegos / Bádminton	Seminario 4 gr.2
			Evaluación de la técnica
ABRIL	Semana 11 Bádminton 1	Bádminton 2	Descanso
	Saque largo, fondos dejada alta y lob	Saque corto, dejada baja y desplazamientos	

MAYO	Semana 12	Bádminton 3	Bádminton 4	Seminario 5 gr 1
		Juego en la red y remate	Tactica individual	Análisis partidos
	Semana 13	Bádminton 5	Profesor invitado	seminario 5 gr.2
		Drive y juego dobles		Análisis partidos
	Semana 14	Competición de bádminton	Acampada	
	Semana 15	Sotonera	Sotonera	

## Referencias bibliográficas de la bibliografía recomendada

- Atencia Henares, David. Deportes de lucha / David Atencia Henares . 1a. ed. Barcelona : INDE, 2000
- Cecchini Estrada, José Antonio. El judo y su razón kinantropológica / José Antonio Cecchini Estrada . [1a. ed.] Gijón : GH Editores, 1989
- El judo en la educación física escolar : unidades didácticas / coordinadores, Josep LL. Casterlanas y J. Pere Molina ; autores, Miguel Villamón ... [et al.] . Barcelona: Editorial Hispano Europea, D. L. 2002
- Galanó Muñoz, Carol. Unidades didácticas para secundaria XIII : Juegos de oposición / autora, Carol Galanó Muñoz ; dibujos, Raimon G. Quera . 1a. ed. Zaragoza : Inde, 2001
- Hernández, Manuel. Iniciación al badminton / Manuel Hernández . Madrid : Gymnos, D.L.1989
- Iguacel Linares, Manuel. Iniciación al badminton / Manuel Iguacel Linares, Manuel Ochoa Hortelano ; dibujos, Rafel Solis Torres . 1a. ed. [Zaragoza] : CEPID, 1990
- Investigación en deportes de raqueta, tenis y bádminton / Gema Torres Luque, Luis Carrasco Páez . 1a. ed.
- Kolychkine Thomson, Andrés. Judo : nueva didáctica / por Andrés Kolychkine Thomson . [1a. ed.] Barcelona : Paidotribo, D.L. 1989
- Les sports de combat : les jeux d'opposition . Paris : Revue EPS , 1990
- Mediero, Luis. Iniciación al tenis con Luis Mediero . 3a. ed. act. y amp. Madrid : Tutor, D.L. 2001
- Molina, Antonio. Badminton : programación para escuelas de base / Antonio Molina . [1ª ed.] Sevilla : Wanceulen, D. L. 1991
- Muela Almodovar, Luis. Tenis básico / Luis Muela Almodovar . 1a. ed. Madrid : Alhambra, D.L. 1985
- Uzawa, Toshiyasu. Pedagogía del judo / Toshiyasu Uzawa ; fotografías, Rafael Muñoz . Valladolid : Miñón, D.L. 1981